

Abadejo sobre garbanzos guisados

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Grabanzos: 300 g

Pasta larga seca: 2 g

Caldo de verduras: 1 L

Acelga: 1 k

Salsa

Cebolla: 1 Unidad

Tomate: 4 Unidad

Pimienta Negra: 1/2 cdita.

Laurel / Hojas: 2 Unidad

Puerros: 2 Unidades

Sal fina: 1/2 cdita.

Pimentón: 1 cdita.

Vino Tinto: 100 cc

Paprika: 1/2 cdita.

Preparación de la Receta

Garbanzos

- Remoje los garbanzos durante toda la noche en agua caliente.
- Cocine en caldo de verduras hirviendo
- Corte la acelga en juliana gruesa.
- A 3/4 de la cocción incorpore la acelga, mezcle bien.

Abadejo

- Corte el filet de **abadejo** en trozos grandes
- Salpimiente
- En una sartén con aceite de oliva cocine el pescado de 3 a 4 minutos.

Salsa

- Pique la *cebolla* y el *puerro*.
- Pele y pique los tomates.
- Pique el *ajo*.
- En una *cacerola* rehogue con aceite de oliva la *cebolla*, y el *puerro*.
- Agregue el *tomate* y condimente con el *laurel*, el *pimentón*, el *ajo* y la *paprika*
- Cocine unos minutos e incorpore el vino
- Salpimiente
- Cuele los garbanzos con acelga.
- Cuando el *tomate* esté casi deshecho agregue allí los garbanzos.
- Deje reducir un poco la salsa y retire del fuego
- Al momento de servir aparte el *laurel*.
- Sirva el guiso de garbanzos sobre un plato ayudándose con un aro cortapasta
- Desmolde y acomode encima el *abadejo*

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/abadejo-sobre-garbanzos-guisados>